

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-23 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2025-06-23 poniedziałek	Podstawowa	kawa zboż. z ml. 250 ml (MLE, GLU,) chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 60 g (GLU,) sałatka ryżowa z szynką drob.warzywami i maj. 150 g (JAJ, GOR,) sałatka z pomidora, szczypiorku i koperku 80 g jabłko gotowane 200 g		barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (SO2, MLE, GLU, SEL,) łazanki z kapustą kiszoną i mięsem wp. 300 g (GLU,) surówka z marchewki,jabłka i selera 150 g (MLE, SEL,) kompot truskawkow yz cytryną 250 ml		herbata b/c 250 ml chleb pszenno- żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 60 g (GLU,) masło 10 g (MLE,) pasta z sera białego i papryki konserwowej 80 g (MLE,) sałata zielona 20 g	herbata zielona b/c 250 ml drożdżówka z nadzieniem owocowym 100 g (JAJ, MLE, GLU,)
	Łatwo strawna	kawa zboż. z ml. 250 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna kajzerka 50 g masło 10 g (MLE,) szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 50 g (SOJ, GOR, GLU,) sałatka z pomidora, szczypiorku i koperku 80 g jabłko gotowane 200 g kasza jęczmienna na mleku 350 ml (MLE, GLU,)		zupa ziemniaczana 350 ml (MLE, GLU, SEL,) potrawka wieprzowa w sosie jarzyn. 110 g (GLU, SEL,) makaron got. 210 g (GLU,) surówka z marchewki i jabłka 150 g kompot truskawkow yz cytryną 250 ml		herbata z cukrem 250 ml bułka pszenna kajzerka 50 g masło 10 g (MLE,) pasta z sera białego z koperkiem 80 g (MLE,) sałata zielona 20 g	herbata zielona b/c 250 ml drożdżówka z nadzieniem owocowym 100 g (JAJ, MLE, GLU,)
	Łatwo strawna bogatobiałkowa	kawa zboż. z ml. 250 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna kajzerka 50 g szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 50 g (SOJ, GOR, GLU,) sałatka z pomidora bez skórki 80 g kasza jęczmienna na mleku 250 ml (MLE, GLU,) jabłko gotowane 200 g	budyń 200 ml (SOJ, JAJ, MLE, GLU,)	zupa ziemniaczana dietet. 350 ml (MLE, GLU, SEL,) potrawka wieprzowa w sosie jarzyn. 110 g (GLU, SEL,) makaron got. 190 g (GLU,) surówka z marchewki i jabłka 150 g kompot truskawkow yz cytryną 250 ml	kefir 220 g (MLE,)	kawa zboż. z ml. 250 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna kajzerka 50 g pasta z sera białego z koperkiem 80 g (MLE,) sałata zielona 20 g	herbata zielona b/c 250 ml drożdżówka z budyniem 100 g
	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglow.	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 60 g (GLU,) sałatka ryżowa z szynką drob.warzywami i maj. 150 g (JAJ, GOR,) sałatka z pomidora, szczypiorku i koperku 80 g	budyń bez cukru 250 ml (SOJ, JAJ, MLE, GLU,)	barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (SO2, MLE, GLU, SEL,) potrawka wieprzowa w sosie jarzyn. 110 g (GLU, SEL,) makaron razowy got. 210 g (GLU,) surówka z marchewki,jabłka i selera 150 g (MLE, SEL,) kompot truskawkow yz cytryną 250 ml	jabłko 200 g	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 60 g (GLU,) masło 10 g (MLE,) pasta z sera białego i papryki konserwowej 80 g (MLE,) sałata zielona 20 g	herbata zielona b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 40 g (GLU,) masło 5 g (MLE,) szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 50 g (SOJ, GOR, GLU,) sałata zielona 10 g

Jadłospisy tygodniowe w dniu 2025-06-23 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2025-06-23 poniedziałek	podstawowa dziecięca	kawa zboż. z ml. 200 ml (MLE, GLU,) chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 60 g (GLU,) sałatka ryżowa z szynką drob.warzywami i maj. 150 g (JAJ, GOR,) sałatka z pomidora, szczypiorku i koperku 80 g jabłko gotowane 200 g	budyń z musem z kiwi 200 ml (SOJ, JAJ, MLE, GLU,)	barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (SO2, MLE, GLU, SEL,) łazanki z kapustą kiszoną i mięsem wp. 200 g (GLU,) surówka z marchewki, jabłka i selera 150 g (MLE, SEL,) kompot truskawkowy z cytryną 250 ml	kisiel 250 g	herbata z cukrem 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 60 g (GLU,) masło 10 g (MLE,) pasta z sera białego i papryki konserwowej 80 g (MLE,) sałata zielona 20 g	herbata zielona b/c 250 ml drożdżówka z nadzieniem owocowym 100 g (JAJ, MLE, GLU,)
	Bezglutenowa	herbata z cukrem/bezgl/ 250 ml Chleb bezglut. ciemny Belviten 80 g masło 10 g (MLE,) Szynka z indyka N.Maxpol /bezgl/ 50 g sałatka z pomidora, szczypiorku i koperku 80 g kasza kukurydziana na ml./bezgl/ 250 ml (MLE,) jabłko gotowane 200 g		barszcz czerwony z ziemn./bezgl/ 350 ml (SO2, MLE, SEL,) potrawka wieprzowa z sos.jarzyn. /bezgl/ 110 g (SEL,) makaron got./bezglut./ 210 g surówka z marchewki, jabłka i selera 150 g (MLE, SEL,) kompot truskawkowy z cytryną 250 ml		herbata z cukrem/bezgl/ 250 ml Chleb bezglut. jasny Belviten 80 g masło 10 g (MLE,) pasta z sera białego i papryki konserwowej 80 g (MLE,) sałata zielona 20 g kasza jaglana na ml./bezgl/ 200 ml (MLE,)	herbata zielona b/c 250 ml Chleb bezglut. ciemny Belviten 50 g masło 5 g (MLE,) połędwica dr. N.Maxpol /bezgl/ 50 g sałata zielona 5 g

Oznaczenia alergenów:

<i>SO2</i>	- dwutlenek siarki/siarczyny,
<i>SOJ</i>	- soja,
<i>JAJ</i>	- białko jaja kurzego,
<i>MLE</i>	- mleko krowie,
<i>GOR</i>	- gorczyca,
<i>MIE</i>	- mięczaki,
<i>GLU</i>	- gluten ,
<i>OZI</i>	- orzechy ziemne,
<i>SEL</i>	- seler,
<i>SEZ</i>	- sezam,
<i>SKO</i>	- skorupiaki,
<i>ORZ</i>	- orzechy,
<i>ŁUB</i>	- łubin,
<i>RYB</i>	- ryby,